

2026年2月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2	3	4	5	6	7
	チキン南蛮 レンコンの金平 小松菜のナムル	赤魚の生姜焼き 麻婆なす ツナサラダ	韓国風肉豆腐 イカの香味揚げ 大根サラダ	ケイジャンチキン コロッケ マカロニサラダ	ヒレカツと ビーフオムレツ 切干大根 シラスのチョレギサラダ	
8	9	10	11	12	13	14
	Wチーズハンバーグ エビフライ ポテトサラダ	焼き鯖とかぼちゃ天 鶏肉とごぼうの煮込み 菜の花のからし和え	豚肉の野菜あんかけ 春巻き インゲンのごま和え	レモンペッパーチキン 焼きようざ もやしのナムル	ポークジンジャーと クリームコロッケ ウインナーポテト パスタサラダ	
15	16	17	18	19	20	21
	みそカツと玉子焼き 切干大根 さつま芋のサラダ	カレイの 黒酢野菜あんかけ 磯辺揚げ 海藻サラダ	豚肉ジンギスカン エビカツ 明太パスタサラダ	コリアンチキン ひじきの煮物 シーザーサラダ	牛すき丼風 鶏の唐揚げ グリーンサラダ	
22	23	24	25	26	27	28
	ほっけ焼き 厚揚げと麻婆春雨 かぼちゃサラダ	ぶり大根 揚げシュウマイ ハムとレンコンの からしマヨ和えサラダ	トンテキ メンチカツ ブロッコリーツナサラダ	鶏肉の ハニーマスタード 金平ごぼう コーンサラダ	豚肉と 白菜のおろしぽん酢 白身フライ マカロニサラダ	

